

Centro Universitário UNIVATES
Pró-Reitoria de Ensino – PROEN
**ACADEMIA UNIVATES – GINÁSTICA
AERÓBICA**

Público-Alvo:

Alunos, funcionários, colaboradores da Univates e comunidade em geral.

HORÁRIOS DA GINÁSTICA

2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira
17h45min-18h45min	17h45min-18h45min	17h45min-18h45min	17h45min-18h45min
Aeróbica/Step/Jump	Aeróbica/Step/Jump	Aeróbica/Step/Jump	Aeróbica/Step/Jump

- No dia da aula de ginástica, será necessário ter no mínimo 4 alunas. Havendo menos, as alunas serão encaminhadas para a sala de musculação.

Obs.:

- as turmas são fixas: segunda e quarta-feira, e terça e quinta-feira;
- cada turma deverá ter no máximo 14 alunas;
- as aulas poderão ser canceladas em virtude de atividades no Complexo Esportivo.

Local:

Complexo Esportivo

Informações: Academia Univates, pelo fone (51) 3714-7000, ramal 5806, ou pelo e-mail: complexo@univates.br

Objetivos:

Estimular o gosto pela atividade física regular, Step e Localizada;
Desenvolver a aptidão física relacionada à saúde e ao desempenho físico.

Documentação necessária para a matrícula:

Cópia de Documento de Identidade (RG, Carteira de Motorista ou Certidão de Nascimento).

Matrículas:

Setor de Atendimento ao Aluno – Prédio 9, mediante assinatura do contrato e o pagamento da matrícula.

Avaliação Física: R\$ 8,00 (pagamento no caixa).

Obs.: No início das atividades serão exigidos: atestado médico, uma via do contrato e o comprovante de pagamento.

Investimento:

2x p/ semana
R\$ 37,10

**Alunos regularmente matriculados (graduação, técnicos, sequenciais e pós-graduação) recebem 60% de desconto.
Professores e funcionários da Univates e diplomados por esta IES recebem 50% de desconto.**